

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan formal dimana salah satu *stakeholders*-nya adalah mahasiswa. Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi. Mahasiswa memiliki beberapa kewajiban salah satunya mengikuti perkuliahan, praktikum dan menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan sesuai ketentuan yang telah disepakati bersama dosen (Kode Etik Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta, 2015).

Sistem pendidikan di dunia perkuliahan jelas berbeda dengan pendidikan di sekolah menengah dimana substansi pelajaran yang diberikan lebih kompleks dan luas. Sebagai peserta didik di bangku perkuliahan, mahasiswa akan terus dihadapkan pada tugas baik itu tugas akademik maupun non-akademik. Oleh sebab itu, sebagai pemangku status tertinggi dalam tingkat pendidikan, mahasiswa dituntut untuk bertanggung jawab dan memiliki kesadaran yang tinggi dalam menjalankan proses perkuliahan. Sayangnya, masih banyak mahasiswa yang belum mampu untuk melaksanakan kewajiban tersebut terutama dalam hal penundaan terhadap tugas kuliah. Penundaan tugas jika tidak diikuti dengan sikap adaptif maka hal ini akan membuat mahasiswa tidak memahami tugas dengan maksimal serta memberikan dampak negatif pada prestasi akademik mereka. Fenomena ini kerap terjadi pada mahasiswa atau yang disebut dengan prokrastinasi akademik.

Harkinawati (2019) melakukan penelitian terkait penundaan akademik terhadap 64 mahasiswa di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta didapatkan 50 diantara mereka mengatakan bahwa mereka kerap menunda mengerjakan tugas kuliahnya. Faktor penyebab 50 mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi disebabkan oleh rasa malas dan cenderung untuk mengikuti teman-

temannya yang belum mengerjakan tugas. Beberapa dari responden mengatakan bahwa jika mereka diajak temannya untuk pergi bermain, mereka memutuskan ikut walaupun tugas kuliah mereka belum selesai dikerjakan. Mereka memiliki anggapan bahwa selain mereka masih ada mahasiswa lain yang kondisinya sama dengan mereka sehingga tugas yang dimiliki akan dikerjakan saat mendekati waktu pengumpulan.

Tondok et al., (2008) melakukan penelitian terhadap 95 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya menyatakan tingkat prokrastinasi akademik dominan berada pada kategori sedang dengan persentase 45,3% atau 43 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa belum dapat terlepas dari sikap prokrastinasi terhadap tugas akademik yang sudah menjadi tanggung jawabnya. Oleh sebab itu, salah satu kemampuan yang harus dimiliki mahasiswa adalah mengatur waktu untuk dapat menetapkan batas waktu mengerjakan tugas. Namun kemampuan dalam mengontrol waktu ini tidak dimiliki oleh semua mahasiswa. Hal ini membuat sebagian mahasiswa merasa cemas dan khawatir karena tidak mampu untuk membagi waktu kapan harus memulai mengerjakan tugas sehingga waktu yang dimiliki tidak terbuang percuma. Gie (dalam Fauziah, 2016) juga mengatakan bahwa cara belajar yang tepat dapat membantu seseorang berhasil dalam pembelajaran. Namun terkadang mahasiswa merasa kesulitan untuk mengatur pemakaian waktu belajar sehingga membuat sebagian dari mereka akan sibuk belajar sistem SKS (Sistem Kebut Semalam) ketika mendekati jadwal ujian.

Berdasarkan hasil survey mengenai penundaan tugas yang dilakukan Amini pada tahun 2020 terhadap 60 mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang diukur dengan instrumen yang disusun oleh Herdiati (2013) mengenai prokrastinasi akademik dimana terdapat 30% atau 18 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi dan 40% atau 24 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang. Dari data yang diperoleh, terdapat beberapa faktor yang mendasari partisipan melakukan penundaan terhadap tugas kuliah diantaranya sikap malas, kurangnya motivasi belajar, adanya tugas lain yang harus dikerjakan terlebih dahulu, adanya kegiatan yang lebih penting, menonton serial drama, dan banyaknya waktu luang.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang sering dialami mahasiswa yang dapat berdampak pada pencapaian akademik. Salah satu aspek terjadinya prokrastinasi ialah melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dimana banyaknya mahasiswa yang lebih mengesampingkan tugas kuliah dan memilih untuk melakukan sesuatu yang dirasa menyenangkan serta dapat mengurangi rasa jenuh dan stress. Disamping itu, menurut Bernard (dalam Nafeesa, 2018) munculnya prokrastinasi terbagi atas sepuluh faktor yaitu *anxiety, self-depreciation, low discomfort tolerance, pleasure seeking, time disorganization, environmental disorganization, poor task approach, lack of assertion, hostility with others and stress and fatigue*. Dari sepuluh faktor ini, *pleasure seeking* termasuk ke dalam faktor yang memegang peranan penting prokrastinasi. Salah satu hal yang termasuk *pleasure seeking* ini ialah bermain *game online*, bermain *smartphone*, nongkrong bersama teman, dan menonton.

Pada zaman sekarang ini, banyak anak muda yang memiliki hobi menonton tidak hanya televisi namun juga melalui streaming online yang mudah didapatkan melalui layanan *Netflix, Viu, Hooq, Iflix* yang menyediakan berbagai seri drama ataupun film. Platform ini memberikan penggunanya kendali dan kontrol atas media yang tersedia sehingga pengguna dapat menonton film kapanpun mereka inginkan tanpa harus menunggu jadwal jam tayang ataupun iklan yang lama. Tak sedikit mahasiswa yang rela membeli kuota internet untuk mendapatkan film yang mereka gemari. Berdasarkan data yang disampaikan oleh Komisaris Independen PT Telkom Indonesia, Marsudi Wahyu Kisworo menyatakan bahwa dari data statistik didapatkan mahasiswa lebih banyak menggunakan kuota untuk menonton Netflix daripada membuka pembelajaran (Prodjo, 2020). Waktu yang dihabiskan untuk menonton pun bisa tak terkendali membuat penontonnya mampu untuk duduk berjam-jam didepan layar secara terus menerus atau yang dikenal dengan "*Binge watching*".

Flayelle mendefinisikan *binge watching* sebagai perilaku menonton beberapa episode dari serial TV yang sama dalam satu sesi (Maèva Flayelle et al., 2019a). Sedangkan Netflix mendefinisikan *binge watching* sebagai menonton dua hingga enam episode serial yang sama dalam satu sesi. *Binge watching* dapat terjadi di semua kalangan usia tak terkecuali mahasiswa. Selain perkembangan teknologi yang memfasilitasi *binge watching* (koneksi internet, layanan streaming, dll.) terdapat juga

praktik budaya yang diadaptasi oleh individu dengan keadaan pribadi mereka (Castro et al., 2019). Di Eropa, peneliti dari Jerman, Belanda, dan Inggris melakukan studi empiris tentang topik tersebut. Misalnya, penelitian terhadap penonton Jerman berusia 20-61 tahun menunjukkan bahwa cara menonton ini sering kali dijadwalkan terutama selama akhir pekan, sebagai semacam acara waktu senggang pribadi bersama orang lain seperti pasangan atau teman dalam hal berbagi minat menonton (Castro et al., 2019).

Dandamudi & Sathiyaseelan (2018) menyebutkan bahwa *binge watching* memiliki beberapa faktor penyebab diantaranya kebosanan, kesepian, keterlibatan sosial, kebiasaan atau kecanduan, dan stres. Selain itu, dr. John Mayer seorang psikolog klinis juga mengatakan bahwa tindakan *binge watching* dijadikan sebagai alat pelarian sementara dari kesibukan sehari-hari yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan pikiran dan stres serta tekanan dari urusan dunia yang terus menerus (Kasih, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas, mahasiswa berpotensi dalam melakukan prokrastinasi akademik karena melakukan yang dianggap menyenangkan salah satunya *binge watching*. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan perilaku *binge watching* dengan prokrastinasi akademik sehingga diketahui lebih jelas hubungan keduanya. Penelitian ini dirasa cukup perlu dilakukan karena belum ada riset terdahulu yang membahas hubungan kedua variabel ini terlebih pembahasan mengenai variabel dependen yaitu *binge watching* masih sangat terbatas di Indonesia. Untuk subjek penelitian, peneliti mengambil populasi mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Oleh karenanya, peneliti mengangkat judul “Hubungan *Binge watching* dengan Prokratinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta”

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan yang ada pada penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut

1. *Binge watching* membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

2. Mahasiswa belum mampu dalam mengatur waktu dalam mengerjakan tugas.
3. Rendahnya *self-control* dan *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa dapat memunculkan prokrastinasi akademik.
4. Apakah terdapat hubungan *binge watching* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi diatas, maka peneliti membatasi masalah penelitian pada poin 1 yaitu membahas mengenai hubungan *binge watching* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah penelitian yaitu adakah hubungan antara *binge watching* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai peneliti yaitu untuk mengetahui hubungan antara *binge watching* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Hasil temuan ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan kajian ilmu Psikologi Pendidikan terutama yang terkait dengan prokrastinasi akademik dan *binge watching* sehingga dapat dijadikan tambahan referensi bagi penelitian-penelitian sejenis oleh peneliti selanjutnya.

1.6.2. Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta mengenai hubungan *binge watching* dengan prokrastinasi akademik.
2. Bagi mahasiswa, diharapkan mendapatkan informasi mengenai hubungan antara perilaku *binge watching* dengan prokrastinasi akademik sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk menghindari perilaku penundaan terhadap tugas-tugas studi.



